

**HUBUNGAN BERPIKIR POSITIF DENGAN
KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA
MAHASISWA AKHIR**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh :

FIDIAH NUR PRATIWI
NBI: 1511900181

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2025

**HUBUNGAN BERPIKIR POSITIF DENGAN
KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA
MAHASISWA AKHIR**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh:

FIDIAH NUR PRATIWI

NBI: 1511900181

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2025**

**HUBUNGAN BERPIKIR POSITIF DENGAN
KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM
PADA MAHASISWA AKHIR**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat

Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi



Oleh:

FIDIAH NUR PRATIWI

NBI: 1511900181

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2025

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Penulis menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh pihak lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Demikian pernyataan ini penulis buat atas kesadaran penulis secara penuh tanpa paksaan pihak manapun.

Surabaya, 8 Desember 2025



SEPULUH RIBU RUPIAH
10000
TEL. 20
METERAI
TEMPEL
12D4FANX362693396

Fidiah Nur Pratiwi

NBI: 1511900181



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945

BADAN PERPUSTAKAAN
Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA
TELP. 031 593 1800 (Ext 311)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai Civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fidiah Nur Pratiwi
NBI/ NPM : 1511900181
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya *Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)*, atas karya saya yang berjudul:

**HUBUNGAN BERPIKIR POSITIF DENGAN KECEMASAN
BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA MAHASISWA AKHIR**

Dengan *Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty - Free Right)*, Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap tercantum

Dibuat di : Surabaya

Pada tanggal : 8 Desember 2025

Yang Menyatakan

Fidiah Nur Pratiwi

BFAANX362693397

HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI

NAMA : Fidia Nur Pratiwi
NBI : 1511900181
**JUDUL : HUBUNGAN BERPIKIR POSITIF DENGAN
KECEMASAN BERICARA DI DEPAN UMUM PADA
MAHASISWA AKHIR**

Surabaya, 5 Desember 2025

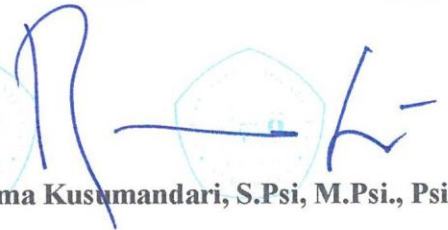
Disetujui oleh:

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



Dr. Niken Titi Pratitis, S.Psi, M.Si, Psikolog



Rahma Kusumandari, S.Psi, M.Psi., Psikolog

HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI

Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi

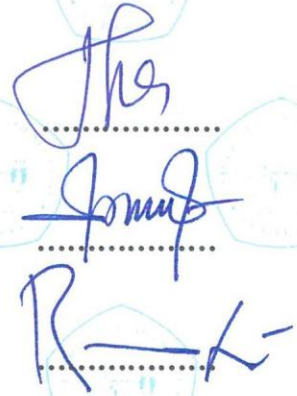
Pada Tanggal : 15 Desember 2025

Dewan Penguji :

1. Dr. Isrida Yul Arifiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog

2. Dr. Niken Titi Pratitis, S.Psi, M.Si, Psikolog

3. Rahma Kusumandari, S.Psi, M.Psi., Psikolog



Mengesahkan

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA

Dekan,



Dr. Diah Sofiah, M.Si., Psikolog

NPP. 20510.02.0551

HALAMAN MOTTO

“Terus melangkah, meski perlahan, karena setiap usaha memiliki nilai.”

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji dan syukur peneliti panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas rahmat, kesehatan, dan kekuatan yang diberikan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Para dosen pembimbing Dr. Niken Titi Pratitis, S.Psi., M.Si., Psikolog dan Rahma Kusumandari, M.Psi., Psikolog, atas bimbingan, arahan, kesabaran, serta ilmu yang telah diberikan selama proses penyusunan skripsi.
2. Orang tua tercinta bapak Agus dan Ibu Evi, atas doa, kasih sayang, pengorbanan, dan dukungan yang tiada henti. Segala pencapaian saya tidak terlepas dari peran dan kepercayaan yang selalu diberikan.
3. Adik-adik tersayang Aisyah dan Izza, terima kasih atas doa, pengertian, dan kebersamaan yang selalu menjadi sumber semangat bagi saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Teman-teman saya Olif, Annisa, Ayu, dan Tari, yang telah memberikan dukungan, kebersamaan, dan semangat selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
5. ATEEZ dan SVT sebagai Sumber hiburan dan motivasi, yang melalui karya dan pesan positifnya telah memberikan semangat serta ketenangan di sela-sela proses pengerjaan skripsi.

Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan serta menjadi langkah awal dalam perjalanan akademik dan profesional saya.

CURRICULUM VITAE

A. Identitas Diri

Nama : Fidiah Nur Pratiwi
Tempat Lahir : Pasuruan
Tanggal Lahir : 17 Februari 2000
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Klagen, Durensewu, Kec. Pandaan
Kewarganegaraan : Indonesia
Email : fidiahnurpratiwi@gmail.com
No. Telepon : 089531660762

B. Riwayat Pendidikan

- SDN 4 Besuki
- SDN 2 Durensewu
- SMPN 2 Pandaan
- SMA 1 Pandaan

C. Riwayat Pekerjaan

-

D. Riwayat Organisasi

-

E. Kemampuan

Mengoperasikan Ms. Office dengan baik
Mampu melakukan administrasi Alat Tes Psikologi

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat, karunia, serta limpahan kasih sayang-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Penyusunan skripsi ini merupakan proses akademik yang membutuhkan ketekunan, kesabaran, serta komitmen yang tinggi. Selama proses tersebut, peneliti menghadapi berbagai tantangan, baik yang berkaitan dengan keterbatasan waktu, kemampuan akademik, maupun kondisi teknis selama pelaksanaan penelitian. Namun demikian, dengan adanya dukungan, bimbingan, serta motivasi dari berbagai pihak, peneliti dapat melalui seluruh tahapan penyusunan skripsi ini hingga dapat diselesaikan dengan baik. Proses ini menjadi pengalaman yang sangat berharga bagi peneliti, tidak hanya dalam meningkatkan kemampuan akademik, tetapi juga dalam membentuk sikap tanggung jawab, kedisiplinan, serta kemampuan berpikir kritis dan sistematis.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan dan belum sepenuhnya sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan sebagai bahan evaluasi dan perbaikan di masa mendatang. Peneliti berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat, baik secara teoritis maupun praktis, khususnya dalam pengembangan ilmu psikologi, serta dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan topik yang relevan.

Terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, arahan, serta dukungan dari berbagai pihak yang telah berkontribusi secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Suryanto, M.Si., Psikolog selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Wakil Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Dr. Diah Sofia, M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Rahma Kusumandari, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya sekaligus Dosen Pembimbing II
5. Dr. Niken Titi Pratitis, S.Psi., M.Psi, Psikolog selaku Dosen Pembimbing I.

6. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah memberikan bimbingan ilmu dan pengetahuan serta mendidik saya selama menempuh studi.
7. Seluruh Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah membantu saya mengurus segala keperluan administrasi kampus hingga saya merasa di mudahkan.
8. Mahasiswa S1 semester akhir Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya selaku subjek penelitian atas kesediaan berpartisipasi dalam penelitian saya.
9. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan namanya satu per satu yang telah berjasa membantu baik secara moril dan materil dalam penyelesaian skripsi.

Akhir kata, mohon maaf apabila dalam penulisan skripsi masih terdapat beberapa kekurangan dan kelemahan, karena kesempurnaan hanya milik Tuhan Yang Maha Esa. Saya berharap melalui skripsi ini dapat membagikan ilmu kepada para pembaca serta saya mengharapkan saran serta kritik yang membangun kesempurnaan skripsi ini.

Surabaya, Desember 2025

Peneliti



Fidiah Nur Pratiwi

HUBUNGAN BERPIKIR POSITIF DENGAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM PADA MAHASISWA

Fidiah Nur Pratiwi

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Email : fidiahnurpratiwi@gmail.com

Abstrak

Berbicara di depan umum merupakan salah satu tuntutan akademik yang sering menimbulkan kecemasan, khususnya bagi mahasiswa semester akhir. Salah satu faktor psikologis yang diduga berperan dalam menurunkan kecemasan berbicara di depan umum ialah berpikir positif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara berpikir positif dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa semester akhir Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik pengumpulan data berupa kuesioner. Subjek penelitian berjumlah 366 mahasiswa semester akhir Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Data dianalisis menggunakan teknik analisis korelasional. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif yang kuat dan signifikan antara berpikir positif dengan kecemasan berbicara di depan umum. Penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat berpikir positif, maka semakin rendah tingkat kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah tingkat berpikir positif, maka semakin tinggi kecemasan berbicara di depan umum. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam pengembangan intervensi psikologis yang berfokus pada peningkatan berpikir positif guna menurunkan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa.

Kata kunci: Berpikir positif, Kecemasan berbicara di depan umum, Mahasiswa, Semester Akhir

THE RELATIONSHIP BETWEEN POSITIVE THINKING AND PUBLIC SPEAKING ANXIETY AMONG UNIVERSITY STUDENTS

Fidiah Nur Pratiwi

University of 17 Agustus 1945 Surabaya

Email : fidiahnurpratiwi@gmail.com

Abstract

Public speaking is one of the academic demands that often triggers anxiety, particularly among final-year university students. One psychological factor assumed to play a role in reducing public speaking anxiety is positive thinking. This study aimed to examine the relationship between positive thinking and public speaking anxiety among final-year students at Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. This study employed a quantitative research method with data collection conducted through questionnaires. The participants consisted of 366 final-year students at Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Data were analyzed using correlational analysis techniques. The results indicated a strong and significant negative relationship between positive thinking and public speaking. In this study suggest that higher levels of positive thinking are associated with lower levels of public speaking anxiety. Conversely, lower levels of positive thinking are associated with higher levels of public speaking anxiety. This study is expected to serve as a basis for the development of psychological interventions focusing on enhancing positive thinking to reduce public speaking anxiety among university students.

Keywords: *Positive thinking, Public speaking anxiety, University students, Final-year university student*

DAFTAR ISI

COVER	i
HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iii
HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI	iv
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
CURRICULUM VITAE	viii
KATA PENGANTAR	ix
ABSTRAK	xi
ABSTRAC	xii
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Permasalahan.....	1
B. Tujuan dan Manfaat.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Kecemasan Berbicara di Depan Umum	7
1. Definisi Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	7
2. Aspek-aspek kecemasan berbicara di depan umum	8
3. Faktor- faktor kecemasan berbicara di depan umum	10
B. Berpikir positif	13
1. Pengertian berpikir positif.....	13
2. Aspek Berpikir Positif.....	14
3. Manfaat Berpikir Positif.....	16
4. Faktor yang Mempengaruhi Berpikir Positif.....	18
C. Kerangka Berfikir.....	19
D. Hipotesis.....	21
BAB III METODE PENELITIAN	23
A. Populasi dan Partisipan	23
1. Populasi	23
2. Partisipan.....	23

B. Desain Penelitian	24
C. Instrumen Pengumpul Data.....	25
1. Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	26
2. Skala Berpikir Positif	30
D. Uji Prasyarat dan Analisis Data.....	34
1. Uji Prasyarat	34
2. Analisis Data	35
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	37
A. Hasil.....	37
B. Pembahasan	37
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	43
A. Kesimpulan.....	43
B. Saran	43
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN	51

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jumlah Mahasiswa S1 Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya...	21
Tabel 2. Distribusi Sampel Berdasarkan Fakultas.....	22
Tabel 3. Skala Likret.....	24
Tabel 4. Penyebaran Aitem Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum	25
Tabel 5. Hasil Uji Validitas Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum	26
Tabel 6. Rangkuman Hasil Uji Validitas Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum	27
Tabel 7. Hasil Uji Relibialitas Skala Kecemasan Berbicara di Depan Umum.....	28
Tabel 8. Penyebaran Aitem Skala Berpikir Positif.....	29
Tabel 9. Hasil Uji Validitas Skala Berpikir Positif.....	31
Tabel 10. Rangkuman Hasil Uji Validitas Skala Berpikir Positif.....	31
Tabel 11. Hasil Uji Relibialitas Skala Berpikir Positif	32
Tabel 12. Hasil Uji Normalitas	33
Tabel 13. Hasil Uji Linearitas	34
Tabel 14. Hasil Uji Kolerasional.....	35

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir	19
Gambar 2. Variabel Penelitian	23

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I Tabel Skala.....	51
Lampiran II Hasil Uji Skala	55
Lampiran III Hasil Uji Korelasi	58
Lampiran IV Penyebaran Skala.....	58
Lampiran V Surat Izin Penelitian	61
Lampiran VI Taabulasi Data	62
Lampiran VII Hasil Turnitin	72